
tauschZEITung

Nr. 38

Holzkirchen

Juni 2019

Die tauschZeit Holzkirchen

- ist ein kooperatives und nachbarschaftliches Tauschsystem
- ermöglicht den Tausch von Diensten und Dingen zwischen den TeilnehmerInnen
- ist eine Selbsthilfe-Initiative von Bürgern, die sich in Eigenverantwortung organisieren

Wir begrüßen

2 neue Teilnehmerinnen

Wir wünschen einen guten Einstieg und viel Freude beim Tauschen!

Die neue tauschZEITung

gibt es im Dezember 2019

Redaktionsschluss ist Ende November

Tauschregal

Wer kennt das Tauschregal bei unserem Teilnehmer Hanspeter Wanner, "Kristall", (Pavillon vor REWE), Tegernseer Straße, noch nicht? Es gibt dort z.B. Marmeladen, und vieles andere mehr. Schauen Sie doch vorbei!

Nachruf

Frau Theresia Pötters ist am 9. April 2019 verstorben. Frau Pötters war viele Jahre bei der tauschZeit Holzkirchen aktiv. Besonders gerne erinnern wir uns an das Picknick in ihrem Garten. Die letzten Jahre blieb sie als ruhende Teilnehmerin der tauschZeit verbunden.

NOCH EINMAL !

Ab Oktober ein anderer Ort für unsere monatlichen Treffen

Nochmals eine Änderung für unsere monatlichen Treffen. Ab Oktober treffen wir uns im Personalraum vom gemeindlichen Kindergarten „Frühlingsdorf“, Industriestraße, neben der Polizei.

Bitte beachten Sie auch die Hinweise im Internet und im Gemeindeblatt.

Termine der nächsten Treffen

- 11. Juli (Donnerstag) Anna Stüberl
- im August findet kein Treffen statt
- 10. September (Donnerstag) Konferenzzimmer
- 8. Oktober (Dienstag) Kindergarten
- 14. November (Donnerstag) Kindergarten
- 10. Dezember (Dienstag) Kindergarten

Wir treffen uns immer um 19.00 Uhr

Neue Teilnehmer

Bisher haben neue Teilnehmer mit 2 Minusstunden angefangen. Nun wurde auf Anregung aus dem Teilnehmerkreis beschlossen, dass neue Teilnehmer künftig mit einem Guthaben von 5 Stunden anfangen. So ist der Einstieg in das Tauschen leichter.

tauschZeit-Ansprechpartner

Brigitte Braml 08024/470 4940
Rainer Marquardt 08024/5977
Hans-Peter Wanner 08024/470 295

info@tauschzeit-holzkirchen.de
www.tauschzeit-holzkirchen.de

Haushalt	1
Kinder	2
Essen und Trinken	3
Tiere und Pflanzen	4
Garten	5
praktische Hilfe	6
Hilfe, Hilfe	7
Unterricht (ohne Sprachen)	8
Sprachen	9
Heimwerker und Bastler	10
Fahrzeuge und Transporte	11
Freizeit und Kultur	12
Kleidung	14
gemeinsame Interessen	15
Computer	16
Verwaltung	17
Lebensberatung	18
Gesundheit	19
Geräte verleihen	20
Flohmarkt	21
zu verschenken	22
aktuell & dringend	88
Alles Andere	99

Wichtig

In der Liste der Angebote und Gesuche oder auch in der Adressenliste kann sich immer mal ein Fehler einschleichen. Bitte benachrichtigen Sie mich, wenn eine Eintragung nicht stimmt, damit beim nächsten Mal eine Richtigstellung erfolgen kann.

Nicht mehr aktuelle Einträge bitte streichen lassen.

Maria Carregal Ferreira, Tel. 08024/301792, info@tauschzeit-holzkirchen.de

TN Angebot

1 Haushalt

162	Bügeldienste	
301	bügeln	nur vormittags
261	Einkäufe u. Besorgungen erledigen	in und um Holzkirchen, evt. auch München
320	Fenster putzen	
neu 350	Hausarbeit	
301	Haushaltshilfe	nur vormittags
137	Mangeln von Bettwäsche	
286	Näharbeiten	einfache
347	Putzen	
226	Raumpflege/Hausputzen	von Hauswirtschafterin wöchentlich/14-tägig
320	Staubsaugen	

2 Kinder

332	Betreuung und Pflege	Kinder/Kranke (exam. Kinderkrankenschwester)
151	Einkaufen im Hänsel und Gretel	Kinder-Secondhandladen, Holzkirchen
306	Kinderbetreuung	
329	Kinderbetreuung	
340	Kinderbetreuung	in den Schulferien und an Wochenenden
178	mentale Prüfungsvorbereitung	auch Schüler (www.almut-brandenburg.de)
301	Papierfalten - Origami	Anleitung für Kinder und Erwachsene
328	Vorlesen, spielen, basteln	max. 2 Stunden pro Einheit

3 Essen und Trinken

101	bretonische Crêpe für Ihr Fest	süß od.salzig/auf original-breton. Crêpe-Platte
335	Äpfel	
330	Äpfel ungespritzt, leicht säuerlich	unbehandelt vom eigenen Baum
137	Apfelkuchen backen	
103	Apfelleder	getrocknetes Apfelmus
103	Apfelringe getrocknet	
137	Apfelstrudel backen	
306	Backen vegetarisch und vegan	
185	Ernährungsberatung	

TN Angebot

185 **Essenzen, Kräuteresig etc. herstellen**344 **Gesundes Backen und Kochen**261 **Getreide mahlen** Haushaltsmengen137 **Hildegard-Dinkelkekse**332 **Holundersirup**346 **Kochen**306 **Kochen vegetarisch und vegan**332 **Kräuter** frisch oder getrocknet324 **Kuchen backen**340 **Kuchen backen**neu 350 **Kuchen backen**228 **Marmelade** Zwetschen- und Erbeermarmelade332 **Marmelade**266 **Marmelade einkochen**127 **Olivenbrot backen**127 **Tomatensoße** (Sugo)348 **Tortilla kochen**341 **Vegan Backen und Kochen**242 **Zwetschgen**

4 Tiere und Pflanzen

286 **Gemüsepflanzen**296 **Heu und Stroh abzugeben**320 **Kleintierbetreuung**346 **Kleintierbetreuung** in Holzkirchen301 **Kleintierheu**330 **Osteopathie, Akupunktur, naturkundl.** Therapie für Tiere/ www.tierheilpraxis-otterfing.de261 **Stauden nach Teilung abzugeben** z.B. Zitronenmelisse, Pfefferminze, Oregano, uvm.301 **Strohballen** auch für Deko286 **Tannenzweige**266 **Tierbetreuung**339 **Tierbetreuung bzw. -versorgung** z.B. im Urlaub324 **Urlaubsbetreuung von Vögeln** Wellensittiche

TN Angebot

329 **Versorgung von Tieren und Pflanzen**325 **Wir versorgen Ihr Haustier/ Pflanzen** Nur außerhalb der Schulferien!

5 Garten

341 **Bio-Garten: Reihemischkultur**322 **Blumen gießen** während der Urlaubszeit301 **Freilandparzellen** zum Gemüse und Kräuter selber anbauen328 **Garten umgestalten** beraten301 **Gartenarbeiten**347 **Gartenarbeit**neu 350 **Gartenarbeit**160 **Heckenschere zu verleihen** für hohe Hecken, bis 90° abwinkelbar266 **Hilfe bei Gartenarbeiten**306 **kleine Gartenarbeiten**301 **Rasen mähen** mit der Sense103 **Stauden für den Garten**328 **Sträucher schneiden**

6 Praktische Hilfe

347 **Bauarbeiten, Hilfe**331 **Bewerbungen** in Form bringen331 **Briefe, Texte schreiben**322 **Briefkasten leeren** während der Urlaubszeit331 **Büroorganisation**301 **Einkaufshilfe** vormittags306 **Einkaufshilfe**317 **Handwerkliche Hilfe** kleine Reparaturen, Möbelmontage (auch IKEA)320 **kl. Hausmeisterarbeiten**182 **Kunstgegenstände einschätzen** Objekte und Bilder333 **praktische Hilfe** als Handwerker331 **Reiseorganisation**301 **Seniorenbetreuung** vormittags320 **Seniorenbetreuung**

TN Angebot

346 **Schmuck reparieren**

266 **Speicher/Keller ausmisten**

347 **Streicharbeiten**

332 **Stricken nach ihren Wünschen** auch Trachtensocken etc., einfache Häkelarbeiten

331 **Texte formatieren**

266 **Umzugshilfe**

7 Hilfe, Hilfe

266 **Begleitung** zu Konzerten, Theater, Oper

101 **Beratung bei Bahnfahrten** Fahrpläne, Tarife, Sonderangebote

340 **Betreuung bei Hausaufgaben/Lernen** in den Schulferien und am Wochenende 1.-7. Klasse

339 **Betreuung, Beschäftigungsangebote** Pflege, pflegespezifische Beratung (z.B. bei Demenz)

339 **Drucker/Kopierer/Scanner benutzen**

266 **Gesellschaft für ältere Personen** zB. Vorlesen

334 **Gesprächtherapie** Krisenbewältigung (Heilprakt. f. Psychotherapie)

177 **Hausbetreuung**

266 **Hilfe bei Behördengängen**

342 **Hilfe bei Behördengängen**

265 **Hilfe bei Rentenfragen**

330 **offizielle Schreiben** (z.B. an Behörden), verfassen und unterstützen

330 **von Brustkrebs betroffen?** Unterstützung bei Suche n. Patienteninformationen

124 **vorlesen** für Kinder und Erwachsene

8 Unterricht (ohne Sprachen)

173 **Digitale Bildbearbeitung, professionell** mit Adobe Photoshop

261 **Eislauf-Unterricht** für Anfänger/Wiedereinsteiger, Eisstadion Holzsk.

173 **Fotografie** allgemein, Porträits, Bildbearbeitung

173 **Fotografieren, professionell** Portraits, Akt, Hochzeiten, Kinder, Tiere uvm.

344 **Freies Singen**

182 **Geschichte**

344 **Gitarre für Anfänger**

348 **Gitarrenunterricht**

130 **Malen** unterstütze bei Aquarell, Pastell, Acryl

TN Angebot

306	Malunterricht	Acryl, Öl, Aquarell, Zeichnen
182	Mathe	bis 3. Kl. Gymn.
341	Mathe, Physik und Informatik	
346	Mindfulness Lehren	
177	Nachhilfe	bis zur 6. Klasse (Lehrerin)
324	Nachhilfe	Mathematik, Informatik, Chemie
334	Nachhilfe	GS, MS (Math., D, E, bis 10.Kl.)
301	Nachhilfe für Grundschüler	
209	Nachhilfe Mathematik + Statistik	für Schüler und Studenten
298	Schachunterricht	Anfänger
340	Übecoaching beim Musikinstrument	Kinder, Jugendliche und Erwachsene
340	Umgang mit Pferden	Kinder ab 6 J. in Begleitung ihrer Eltern, Erwachsene
173	Unterricht Fotografieren, professionell	Prinzip d.Kamera,häufige Fehler uvm.
301	Waldpädagogik	für Familien und Gruppen

9 Sprachen

124	Deutsch für Ausländer	Konversation, Grammatik, Schreiben
124	Deutsch für Ausländer	für Kinder nund Erwachsene
301	Deutsch für Ausländer	
334	Deutsch für Ausländer	
114	Englischunterricht	
346	Englisch Unterricht	
124	Französisch	lernen oder auffrischen
306	Italienisch Konversation	
346	Italienisch Unterricht	
286	Latein	Grundlagen
226	Nachhilfe	Englisch 5. bis 9. Jg.-Stufe
334	Nachhilfe	RS, Gym, (D, E, bis 10.Kl)
124	Nachhilfe Deutsch	für alle Klassen, Lehrerin
124	Nachhilfe Französisch	von Frz.lehrerin
182	Spanisch	
182	spanisch	

TN Angebot

10 Heimwerker und Bastler

338	Babyschuhe, -chucks	und Mützen, Pulswärmer
347	Bauarbeiten, Hilfe	
317	bemale Kinder T-Shirts	individuell, mit Namen/sonstige Motive z.B. Lieblingstier
319	Elektroreparaturen	kl. Geräte und Elektroinstallation
153	Fahrradreparaturen	
324	Fahrradreparaturen	kleine Reparaturen am Fahrrad
342	Fahrradreparaturen (kleinere)	
277	Fahrradreparaturen u. Fahrradumbau	
103	gestaltete Briefumschläge/ Karten	aus alten Kalenderblättern und Geschenkpapier
317	Gestaltung von Fotobücher	mit digitalen Urlaubsbilder, von Familienfesten u.v.m.
317	Gestaltung von Kerzen	persönliche Hochzeits-, Taufkerzen u.ä.
301	handwerkliche Reparaturen	
333	Heimwerker und Bastler	
neu 350	Heimwerker	
347	Hilfe bei Reparaturen	
338	Hüttenschuhe gehäkelt	
191	Ikeamöbel zusammen bauen	
338	Karten für Geldgeschenke	
107	kleine Elektroarbeiten	
205	kleine Hausmeisterarbeiten	Schnee räumen, Reparaturen, Dübeln, Fenster putzen u.a..
338	kleine Klosterarbeiten	
324	kleine Reparaturen	im Haushalt (z.B. einzelne Fliesen ersetzen)
107	kleine Schreinerarbeiten	
178	Mitbenutzung eines Töpferbrennofens	auch Glasurbrände möglich
252	Nackenkissen	gefüllt mit Dinkelspelzen o. andere Getreidespelzen
131	Reparaturen allg.	und besonders mech. Geräte, größere Uhren etc.
197	Skipräparation	reinigen, ausbessern, wachsen/fachgerechte Lagerung
347	Streicharbeiten	
301	Trockenbau	ab 2015
252	Waldorfpuppen	Anleitung zur Herstellung; Stoffbären und andere -tiere
301	Werkstatt benutzen	Metall- bzw. Holzwerkstatt mit allen Maschinen am Hof

TN Angebot

11 Fahrzeuge und Transporte

102	Einkäufe u. Besorgungen	in München und Umgebung, ohne Auto
199	Anhänger ausleihen	Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung
317	Autofahrten	für gehinderte Menschen z.B. Arzt (ggf.mit Rollstuhl)
261	Chauffeurdienste u. Besorgungen	in und um Holzkirchen
162	Fahrdienste	
298	Fahrdienste	
324	Fahrdienste	Holzkirchen und Umgebung
332	Fahrdienste + Besorgungen	es kann auch mitgefahren werden
329	Hilfe bei Einkäufen und Fahrten	
347	Transport, Hilfe	schwere Sachen tragen

12 Freizeit und Kultur

306	Begleitung	z.B. zum Einkaufen
306	Bilder malen	www.klangträger.de
335	Boule spielen	
197	Drehorgelspiel	ggf. auch Moderation/Ablauforganisation für Feste
261	Eislauf-Unterricht	f.Anfänger u. Wiedereinsteiger (Eisstadion Holzkirchen)
335	Fossiliensuche	auf Exkursionen in BY, Fossilien bohren
325	Gemeinsam zum Angeln	Ü 60, Auto vorhanden
107	Island	Reiseinformation, Diavortrag
107	Kajakbegleitung	zum "Reinschmecken"
341	Klavier und Singen	
205	klettern in der Halle	
185	Kräuterwanderungen	
197	Kunst- und Naturreisen in Europa	Beratung und Tips
301	Papierfalten - Origami	Anleitung für Kinder und Erwachsene
314	Regie- und Inszenierungshilfe	für kurze Theaterstücke + Sketsche
182	Theater / Literatur / Kunst	Ausstellungen
301	Waldpädagogik	für Familien und Gruppen

TN Angebot

14 Kleidung

- | | | |
|-----|-------------------------------------|--|
| 328 | Mützen häkeln | auch zeigen, wie man es machen kann |
| 162 | Stricken | Socken, Handschuhe, Schals, Mützen, Trachtenstrümpfe |
| 162 | Strickhilfe | |
| 332 | Stricken nach ihren Wünschen | auch Trachtensocken etc., einfache Sachen häkeln |
-

15 Gemeinsame Interessen

- | | | |
|-----|---|---|
| 317 | Beratung bei Alpen-Fernwanderungen | auch mit Kindern |
| 335 | Boule spielen | |
| 335 | Fossiliensuche | auf Exkursionen in BY, Fossilien bohren |
| 325 | Gemeinsam zum Angeln | Ü 60, Auto vorhanden |
-

16 Computer

- | | | |
|-----|---------------------------------------|--|
| 209 | Computereinführung/ Tips | Windows, WORD, EXCEL, Internet, SQL |
| 319 | CD/DVD - Labels gestalten | und ausdrucken |
| 209 | Datenbank erstellen | Access u.a., Einführung/maßgeschneiderte Lösungen |
| 317 | Gestaltung von Fotobücher | mit digitalen Urlaubsbilder, von Familienfesten u.v.m. |
| 298 | Hilfe am PC | |
| 284 | Hilfe beim Computern | |
| 314 | Internetseite gestalten | anlegen, nach Wunsch auch pflegen |
| 314 | PC-Einzelunterricht | am eigenen Gerät: Internet, E-Mail, Briefe, Digitale Fotos |
| 348 | PC- Hilfe | |
| 130 | Schreibarbeiten am PC | |
| 209 | Schreibarbeit etc. am Computer | Briefe, Bewerbungen, Präsentationen, Auswertungen |
| 314 | Verkaufen bei ebay & Co | |
-

17 Verwaltung

- | | | |
|-----|-----------------------------------|-------------------------|
| 130 | Buchhaltung | |
| 130 | Chaos auf dem Schreibtisch | Hilfe beim Akten ordnen |
| 284 | Verwaltung | |
-

TN Angebot

18 Lebensberatung

- | | | |
|-----|--|--|
| 339 | Betreuung, Beschäftigungsangebote | Pflege, pflegespezifische Beratung (z.B. bei Demenz) |
| 178 | Coaching | in allen(schwierigen)Lebenslagen, www.almut-brandenburg.de |
| 329 | Caoching | energetisches Heilen |
| 306 | Energieausgleichsarbeit | |
| 185 | Ernährungsberatung | |
| 178 | Kinesiologie | zum Energietanken und Wohlfühlen; für die Gesundheit |
| 341 | Lernberatung | |
| 344 | Persönlichkeitsentwicklung | |

19 Gesundheit

- | | | |
|-----|---|---|
| 328 | "sanfte" Yoga | seit 30 Jahren, kenne Übungen die die Beweglichkeit fördern |
| 339 | Betreuung, Beschäftigungsangebote | Pflege, pflegespezifische Beratung (z.B. bei Demenz) |
| 185 | Anglitzdiagnose nach Dr.Schüssler | |
| 209 | Anleitung/Beratung, z.Pflege v.Angehörigen | durch Krankenschwester mit Reha-Zusatzausbildung |
| 178 | Beratung bei Allergien | evtl. mit kinesiologischer Austestung von Lebensmitteln |
| 178 | Beratung bei Neurodermitis | evtl. mit kinesiologischer Austestung von Lebensmitteln |
| 178 | Beratung bei psychosomatischen Störungen | von Heilpraktikerin, (www.almut-brandenburg.de) |
| 332 | Betreuung und Pflege | auch Blutdruck und Zuckermessung, Tromboosespritzen etc. (examiert) |
| 332 | Betreuung und Pflege | von Kindern auch kranke (exam. Kinderkrankenschwester) |
| 306 | Energieausgleichsarbeit | |
| 185 | Essenzen, Kräuteressig etc. herstellen | |
| 344 | Functional Fitness | achtsames Bewegen |
| 177 | Fußreflexzonenmassage | |
| 185 | Fußreflexzonenmassage | ab Dezember 2018 |
| 320 | Fußreflexzonenmassage | |
| 344 | Ganzheitliche Ernährungsberatung | / - Gesundheitsberatung |
| 344 | Gesundes Backen und Kochen | |
| 178 | gesundheitslich/medizinische Fragen | z.B. Anatomie, Funktion der Organe, Krankheitsverläufe |
| 329 | Körperarbeit | energetisches Heilen |
| 178 | körperlicher Energieausgleich | / Energiemassage (www.almut-brandenburg.de) |
| 130 | Male mit demenzkranken Patienten | |

TN Angebot

332	Massagen und Lymphdrainagen	von exam. Masseur
271	Med. Massagen	Rücken-Ganzkörper-Teilmassagen (staatl. Gepr. Masseurin)
344	Meditation und Achtsamkeitstraining	
252	Meditationskissen	Sitzkissen
178	Meridianstärkung	(www.almut-brandenburg.de)
178	Psychische Begleitung	bei chronischen Erkrankungen oder Krebs/www.almut-brandenburg.de
317	Schulter-Nacken-Massage	
341	Vegan Backen und Kochen	
252	Wellnesskissen	Knierollen, Spelzenkissen zum Warmhalten d. Füße bei Fußmassage

20 Geräte verleihen

185	Anhänger	
199	Anhänger ausleihen	Größe: 1,5m x 3m, 1300kg Zuladung
317	Beamer	für Vorträge oder Heimkino (zum Anschluss an PC/Laptop)
261	Dachbox für PKW	
339	Drucker/Kopierer/Scanner benutzen	
333	Elektrowerkzeug	
322	Fax mitbenutzen	
284	Flex	
333	Geräteverleih	
322	Gitarre	
103	großer Kochtopf	17 Liter
261	Heckenschere	elektrisch
160	Heckenschere zu verleihen	für hohe Hecken, bis 90° abwinkelbar
261	Hochdruckreiniger	
284	Kettensäge	
322	Keyboard	
332	Kleiner Anhänger mit Plane	evtl. mit Auto und Fahrer
284	Knüpfbock	für Teppiche u.a.
284	Rollsieb	
322	Schneidemaschine	für Papier, Foto
103	Spiele für Jung und Alt	Hase und Igel, Scotland Yard, Deutschlandreise, Schach u.a.

TN Angebot

261 **Vertikultierer** elektrisch284 **Vertikultierer**

21 Flohmarkt

339 **Bücher**342 **Flohmarktartikel div.**329 **Kinderkleidung** für Jungen, Gr.86 - 92329 **Kinderschuhe** Gr. 20 - 23103 **Knöpfe** große, kleine aus vielerlei Materialien329 **Luftreiniger**306 **Schneeschaufel**306 **Trinkflasche** Tupperware306 **Weihnachtsdeko** bemalte Schaufel103 **Weckgläser, besondere** ganz schön als Vasen oder Behältnisse für Plätzchen etc.

22 zu verschenken

339 **Bücher**306 **Computertisch zu verschenken**342 **Flohmarktartikel div.**103 **kleine Schachteln** aus Karton, für alles mögliche, sehr stabil, 13x13x6 cm

88 aktuell & dringend

345 **Doppelbett mit Kopfteil** Bettkästen, Lattenroste, Matrazen

99 alles andere

271 **Adventkranz binden** auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern306 **Begleitung** z.B. zum Einkaufen296 **Brennholz** Buche und Fichte301 **Brennholz**228 **dichten** nach Ihrer Vorgabe f.sämtliche Anlässe, auch bayrisch173 **digitale Bildbearbeitung** z.B. Reparatur alte Bildern173 **Digitale Bildbearbeitung, professionell** Reparatur alter Fotografien, Optimierung v. Fotos151 **Einkaufen im Hänsel und Gretel** Kinder-Secondhandladen, Holzkirchen, Miesbacher Str.7

TN Angebot

197	Einkauftips für Investitionsgüter	auf der Basis von TEST-Ergebnissen/Wirtschaftlichkeitsberechnungen
209	Erstellen von animierten 'Diavorträgen' bz	incl. Einscannen von Bildern und Brennen von CD's
173	fotografieren, professionell	Pass, Bewerbung, Portrait, Akt, Hochzeiten, Tiere, Kinder
340	Fotografieren	Veranstaltungen, Porträts, Kinder
301	Freilandparzellen	zum Gemüse und Kräuter anbauen
301	Grillplatz	für kleine und größere Feiern
266	Haus- und Gartenbetreuung	bei Abwesenheit
306	Haus- und Gartenbetreuung	bei Abwesenheit
173	Hilfe bei digitaler Fotoarchivierung	
342	Hochsteckfrisuren	
252	kleine Geschenke	zur Geburt; z.B. Stoffpüppchen
130	Male mit demenzkranken Patienten	
301	Papierfalten - Origami	Anleitung für Kinder und Erwachsene
209	statistische Datenanalyse und Auswertung	durch Diplom-Statistiker
271	Türkränze binden	auch Türkränze mit mehren verschiedenen Nadelhölzern
339	Übernachtungsmöglichkeit	
197	Veranstaltungsorganisation	Feste, Seminare, naturkundliche u. kunsthistorische Exkursionen
228	Vorträge	Lese Geschichten bei Feiern vor (z.B. Thoma Hl. Nacht)
252	Waldorfpuppen	Stoffbären/-tiere; Abrechnung Zeit/Euro nach Absprache

TN Gesuche

1 Haushalt

199	bügeln	
314	Fenster putzen	Wintergarten innen und außen
177	Haushaltshilfe	2 x im Monat (ca. 4 Stunden)
317	Haushaltshilfe	gelegentlich, incl. Bügeln
340	Hilfe beim Putzen/ Fensterputzen	
102	Hilfe im Haushalt	
317	Hilfe beim Ausmisten	Kleidung, Spielsachen u.a., Beratung/Hilfe bzgl. Verkauf/Spenden
339	Waschmaschine benutzen	ggf. auch Trockner benutzen

3 Essen und Trinken

314	Backwaren	süß + herzhaft für kleine Feste
131	Beeren und Obst	auch zum Selberpflücken
228	Beerenobst	Suche zum Selberpflücken Beerenobst jeglicher Art
271	Obst	ungespritzte Äpfel und Zwetschgen

4 Tiere und Pflanzen

346	Hunde und Katze betreuen	während der Ferien
324	Urlaubsbetreuung von Vögeln	Wellensittiche

5 Garten

335	Apfelbaum schneiden	
330	Äste schneiden	Werkzeug vorhanden
177	Gartenhilfe	im Frühjahr nach bedarf
338	Hilfe bei Gartengestaltung	bzw. Anlegen v. Garten
332	Hilfe im Garten	Hecke schneiden, Rasen mähen, etc.
151	Obst und Gemüse	jeglicher Art
335	Rasen mähen	
328	schwere körperliche Arbeiten	

TN Gesuche

6 Praktische Hilfe

- 340 **Autoreinigung**
-
- 340 **Fahrradpflege, -reparatur**
-
- 242 **Haare schneiden**
-
- 332 **Haare schneiden**
-
- 177 **Handwerker nach Bedarf** kleine Reparaturen nach Bedarf
-
- 330 **Kleine Reparaturen im Haus**
-
- neu 340 **Kleine Reparaturen in der Wohnung**
-
- neu 345 **Malerarbeiten, Reparaturen, Transport**
-
- neu 345 **Möbel aufbauen**
-
- neu 341 **Nähen (Kleidung umändern)**
-
- 335 **Schnee räumen** am Haus in Holzkirchen
-
- 335 **Transport von Gütern** Unterstützung
-

7 Hilfe, Hilfe

- 242 **Friseur**
-
- 317 **Haushaltshilfe** gelegentlich, incl. Bügeln
-
- 317 **Hilfe beim Ausmisten** Kleidung, Spielsachen ua..Beratung bzgl. Verkauf/ Spenden der Sachen
-
- 330 **Hilfe bei Rentenfragen**
-
- 335 **Schnee räumen** am Haus in Holzkirchen
-

8 Unterricht (ohne Sprachen)

- 298 **Gitarrenunterricht** klassisch, Anfänger
-
- 296 **Nachhilfe**
-
- neu 350 **Nachhilfe**
-
- 339 **Training in Selbstverteidigung**
-

TN Gesuche

9 Sprachen

334 **Englisch-Conversation**

334 **Französisch**

141 **Italienisch für Anfänger**

341 **Italienisch lernen/ Sprachpartner**

10 Heimwerker und Bastler

322 **Elektriker** Klingel

185 **Elektroarbeiten**

306 **Hausreparaturen**

185 **Malerarbeiten**

306 **Malerarbeiten** für zuhause

185 **Maurerarbeiten**

301 **suche Schreiner** für LKW Ausbau

11 Fahrzeuge und Transporte

335 **Transport von Gütern** Unterstützung

12 Freizeit und Kultur

182 **Theater / Literatur / Kunst (Ausstellungen)**

319 **Konzertkarten**

15 Gemeinsame Interessen

339 **Training in Selbstverteidigung**

TN Gesuche

16 Computer

333 **Computer**332 **Hilfe am Computer**140 **Hilfe bei PC-Problemen**329 **Homepage erstellen und verwalten**329 **Präsentation bei Facebook**

18 Lebensberatung

209 **Coaching, gegenseitig**

berufliche/private Ziele, Erfahrungen in NLP, Biografiearbeit

19 Gesundheit

332 **Fußpflege**

20 Geräte verleihen

322 **Holzschlegel**322 **Rasenvertikutierer**322 **Sense**339 **Waschmaschine benutzen**

ggf. auch Trockner benutzen

99 alles andere

319 **Obst**

Zwetschgen

317 **Unterkunft / Fewo**

gelegentlich, in Holzkirchen bei (Familien)-Besuch